Découvrir la méditation Pleine Présence

Mme AUSSET RIPOLL Françoise (Elle propose en individuel ou collectif la pédagogie perceptive avec ses outils spécifiques : la Méditation Pleine Présence°, la gymnastique sensorielle° et le toucher des fascias. Elle anime depuis plus de 20 ans des cours collectifs hebdomadaires de gymnastique sensorielle° et de méditation Pleine Présence°. Elle pratique en séance individuelle le toucher des fascias. Elle a exercé le métier de sage-femme pendant 30 ans. Formations continues 3 x Masterclass de mouvement. Supervision en MPP ° Diplôme universitaire en Somato-psychopédagogie, en Gymnastique Sensorielle Périnatale. Diplômée en Art Martial Sensoriel)

INFORMATIONS

Ces informations sont susceptibles de modifications. Merci de vous référer au site.

Lieu : Université Populaire
(Salle de réunion)

Début le vendredi 17 octobre 2025

DURÉE : 02:00

Prix : **15.00 €**

MATERIEL : Aucun

CODE ACTIVITÉ : 207

DESCRIPTION

Nous définirons la méditation Pleine Présence° et sa place au sein de la pédagogie perceptive.

Nous aborderons sa complémentarité avec la gymnastique sensorielle° et le toucher des fascias.

Nous finirons par un temps de pratique de méditation Pleine Présence° pour ceux qui le souhaitent.

PRÉ REQUIS

OBJECTIFS

Découverte et présentation de la Méditation Pleine Présence°. Faire l'expérience pas à pas de la méditation Pleine Présence° pour les personnes qui le souhaitent.

SÉANCES

Jour	Date	Horaire	Durée	Lieu
Vendredi	17-10-2025	18:00	02:00	Université Populaire (Salle de réunion), Maison des services publics, 1er étage côté nord 1 avenue Saint-Martin - 26200 MONTELIMAR